प्रज्ञा

त्रैमासिक पत्रिका

वर्ष १५ अङ्क ३

५७



प्रज्ञा

त्रैमासिक पत्रिका

(माघ, फागुन, चैत)

★

वर्ष – १५ अङ्क – ३
पूर्णाङ्क – ५७
२०४३

★

वार्षिक मूल्य रू. १५।
एक प्रतिको मूल्य रू. ४।५०

★

प्रकाशक

नेपाल राजकीय प्रज्ञा-प्रतिष्ठान
कमलादी, काठमाडौं

यस अंकमा

(प्रकाशित रचनामा अभिव्यक्त विचारहरू लेखकका आफ्ना निजी हुन्)

परम्परागत नेवारी भोज

–रुक्मिणी प्रधान (बन्त)

'खानपान' संस्कृतिको एक अंग मानिएको छ । कुनै समुदायको, जातिको इतिहास केलाउँदा 'खानपान' बारे पनि ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । यस कारण यस निबन्धमा नेवारसमाजमा प्रचलित परम्परागत भोजबारे प्रकाश पार्ने चेष्टा गरिन्छ ।

भोज भन्नाले खास गरी परिवार, नाता कुटुम्व, इष्टमित्रहरू भेला भई लाम लागी हँसी ठट्टा गर्दै प्रसन्न चित्तले अनेकानेक परिकारहरूको भोजन गर्नु हो । नेवार-समुदायमा यस प्रकारको भोजको परम्परा(विभिन्न अवसरमा) धेरै रूपमा रहेको देखा पर्छ । विवाह, व्रतबन्ध, वसका (चूडाकर्म), दिवाली, जन्को (पास्नी), बूढाजन्को (बूढापास्नी) आदि यस प्रकारका भोजका मुख्य अवसरहरू हुन् । यी बाहेक विभिन्न चाडपर्व, गुठी आदिमा पनि भोज अनिवार्य रूपले रहेको हुन्छ ।

परम्परागत नेवारी भोज भन्नाले साधारणतः चिउराका साथै अनेक प्रकारका तरकारी, अचार, मासुका परिकार केही मिठाईहरू तथा पेय पदार्थ, (जाँड, रक्सी) आदिको संयोजन हो भन्न सकिन्छ । भोजमा अवसर हेरी खुता घासा (६ प्रकारका परिकार), च्याताघासा (आठ प्रकारका परिकार), झीननीता घासा (बाह्र प्रकारका परिकार)को प्रधानता रहेको हुन्छ ।[1] खास गरी परम्परागत नेवारी भोजमा भातको प्रचलन रहेको पाइँदैन । नेवार-समुदायबीच पनि चोखो नीति मानिने भएको हुँदा त्यसबाट बच्न चिउराको चलन चलाइएको देखिन्छ । भात खांदा झैं चिउरा खाँदा यता-उति छुन हुन्न, यसो गर्न हुन्न भन्ने नियम लागू रहेको हुँदैन । यस कारण प्रायः सबैसँग एक लहरमा बसी खान कुनै अड्चन नहुने भएको हुँदा भोजको मुख्य खाद्य वस्तुको

रूपमा चिउरा प्रयोग गरिएको देखिन्छ ।

चिउरालाई नेवारी भाषामा आजकाल बजी भनिन्छ । तर केही शताब्दीअघि चिउरालाई फलके भन्ने चलन थियो । गोपालराज वंशावलीमा पनि चिउरा भन्न फलके शब्दको प्रयोग ठाउँ-ठाउँमा गरिएको छ ।[२] स्थिति मल्लको पालामा लेखिएको नेवारी अनुवाद सहितको अमरकोषमा चिपिटकको अर्थ फलके दिइएको छ ।[३] तिनताकका अभिलेखमा पनि फलकेको उल्लेख परेको छ ।[४] यसबाट त्यस बेला नेवारीमा चिउरालाई फलके भनिएको स्पष्ट थाहा पाइन्छ । के भनेको अन्न हो । यसको उल्लेख गोपालराज वंशावलीमा पनि आएको छ । स्थितिमल्लको पालामा लेखिएको अमरकोषमा पनि आएको छ । यसको प्रचलन अहिलेसम्म पनि छँदै छ । यसबाट फल रूपको अन्न मानी चिउरालाई फलके भनिएको रहेछ भन्ने हामी थाहा पाउँछौं ।

परम्परागत नेवारी भोजमा चिउराको (फलके) महत्त्व किन रह्यो भन्ने कुरा यसबाट खुल्दछ ।

भोजको ऐतिहासिकता

ऐतिहासिक सामग्री केलायौं भने परम्परागत नेवारी भोजको पृष्ठ-भूमि निकै पुरानो देखापर्छ । लिच्छविकालका अभिलेखमा भोज खुवाएको वर्णन ठाउँ-ठाउँमा गरिएको छ । भोजको प्रकारले के कस्तो हुन्थ्यो भन्ने चाहिं राम्ररी थाहा हुँदैन । पाटन गैह्रीधारा स्थित नरेन्द्रदेवको अभिलेखमा भोजको चर्चा परेको छ ।[५]

पाञ्चाली (पंचायत) मार्फत जनताले कुलो बनाउने आदि सार्व-जनिक काम गरेको खुशियालीमा पाञ्चालीलाई भोज खुवाउने चलन लिच्छवि-कालमा पनि थियो । उदाहरणार्थ ध्रुवदेव र जिष्णुगुप्तका समयको काठमाडौं भनी नारायण स्थानको अभिलेखलाई लिन सकिन्छ । उक्त अभिलेखमा कुलोको पुनः निर्माण गरेको उपलक्ष्यमा पाञ्चालीलाई भोज खुवाउने कुरा पाञ्चाली भोजनञ्च भनी स्पष्ट शब्दमा गरिएको छ ।[६] तर यसबाट पनि भोजको स्वरूपबारे भने थाहा पाउन सकिंदैन ।

अनन्तलिङ्गेश्वरको नरेन्द्रदेवको अभिलेखमा पनि विशेष भोजको उल्लेख परेको छ । कार्तिक शुक्ल द्वादशीको दिन लोकपाल स्वामीको प्रतिष्ठा-को अवसरमा हंस गृहद्रङ्ग भित्र बस्ने ब्राह्मण लगायत चाण्डालसम्मलाई 'घृताशनसमितादि' भोजन गराउने चर्चा त्यस अभिलेखमा परेको छ ।[७] यो भोज कुन रूपको हुन्थ्यो स्पष्ट छैन । धार्मिक उत्सवका अवसरमा दिइने यस्ता भोज

प्रसाद रुपको हुन्थ्यो होला भन्ने अनुमान गर्न सकिन्छ ।

पञ्चायतमार्फत जनताले कुलो बनाउने आदि सार्वजनिक काम गरेको खुशियालीमा प्रजालाई भोज खुवाउने चलन मध्यकालसम्म पनि चलेकै थियो । वि. सं. १४३७ मा यटपाटको कुलो प्रजापञ्चहरूले पन्द्र दिनमा सिध्याएको खुशियालीमा स्थितिमल्ल राजाले प्रजालाई भोज खुवाएको कुरा गोपालराज वंशावलीकारले टिपेका छन् । सो भोजका अवसरमा राजा स्थिति मल्ल, अरू राजपरिवार र मन्त्री भारदरहरू समेत उपस्थित भएका थिए ।[८] गोपाल राज वंशावलीकारको उक्त टिपोटबाट तात्कालिक भोजको केही झलक पाइन्छ । त्यस वर्णनानुसार एक थरीलाई दाल भात, तरकारी, मासु आदि राखी सुवालद्वारा (खाना वनाउने भान्छे) खाना बनाउन लगाई खुवाइएको थियो भन्ने थाहा पाइन्छ तापनि परम्परागत नेवारी भोजको स्वरुप केही अंशमा निर्धारित भैसकेका संकेत पाइन्छ । केही अवसरका भोजमा राजपरिवारका सदस्यहरू तथा राज गुरुहरूले भोजको अभिभारा बोकेको उल्लेख पाइन्छ ।[९]

तीनताक विहार आदि धार्मिक स्थानमा सामूहिक रूपमा व्रतबन्ध गरिने हुन्थ्यो ।[१०] उक्त अवसरमा इच्छुक व्यक्ति जो सुकैले पनि व्रतबन्ध गर्नेहरू-लाई भोज दिन सकिन्थ्यो । यो कुरा गोपालराज वंशावलीमा उल्लेख भएको छ ।

यसै वंशावलीबाट भोजको विभिन्नताको संकेत पनि मिल्दछ । वंशावलिकारले कुनै - कुनै अवसरमा समय भोज[११] खुवाइयो भन्ने टिपोट गरेबाट थाहा हुन आउँछ । उदाहरणको लागि निम्न पंक्ति लिन सक्छौ–

श्री ठकुरिनि सन. चाछे. क्वा छे. वंवि विगो छे एक सर समुचय समेस विया चावो, तव वान स्ह ७ ।[१२] (श्री ठकुरिनि (देवलदेवी) ले चाछे. क्वाछे. वंविगोछे, सबैलाई एक गठ पारी मिलाईन् र खड्ग स्थापना गरियो । समय भोज खुवाइयो)

समय भोज भन्नाले धार्मिक कर्मकाण्डको अवसरमा विहानको पूजा आजाको समाप्ति पछि टपरीमा राखिएको भागहरू लिई खानु हो । यस अवसरमा पकाइएका सम्पूर्ण परिकारहरू टपरीको छेउ-छेउमा राखिएको हुन्छ । चिउरा, वो (मासको रोटी), छोयला (मासु पोलेर वा उसिनेर साँधेको) कालो भटमास, बोडी, अदुवाको टुका आदि यस भोजका आवश्यक वस्तु हुन् ।

अझ ठ्यासफुलाई केलाई हेर्ने हो भने विभिन्न अवसरमा विभिन्न प्रकारका भोजहरू गरिएको प्रमाण पाइन्छ । विवाह, व्रतबन्ध दीक्षाका साथै विभिन्न पूजादिको अवसरमा समेत भोज ख्वाइन्थ्यो । भोज ख्वाइँदा आमन्त्रित

वर्ग हेरी परिकारहरू तैयार पारिन्थे। राजपरिवार, भारदार तथा अन्य लोक (जनता)हरूको लागि भिन्दा भिन्दै प्रकारका खानाहरू तैयार हुन्थे।

तिनताक एक देशमा सम्पन्न भएका सुखद अवसरको उपलक्ष्यमा आफ्नै राज्य सहित अन्यराज्यका सन्त, महन्त, गरीब गुरुवाहरू समेतलाई भोज खुवाइएको कुराको वर्णन पाइन्छ ।

विवाह आदि अवसरमा मनोरञ्जनका लागि विभिन्न स्थानबाट ल्याइएको नाच, गानका टोलीलाई पनि भोज ख्वाएको कुरा जितामित्र मल्ल राजाको एउटा धरपौः मा उल्लेख छ। विभिन्न राज्यहरूबाट ल्याइएको नाचलाई दिइएको भोज सामग्री पनि फरक-फरक देखा परेकोछ। यसरी भिन्नता हुनुमा भक्तपुरले राज्यहरूलाई दिएको मान्यताक्रमका आधार लिइएको अनुमान हुन्छ। कान्तिपुरबाट लगिएको नाच र अन्य स्थानबाट ल्याइएको नाच-समूहलाई वितरण गरिएको खाद्य सामग्रीमा समानता देखिदैन। अझ कान्तिपुरमै पनि राजाबाट पठाइएको र जनताबाट लगिएको नाँच मण्डलीलाई दिइएको खाद्य सामग्री भिन्न छ।'[३]

उक्त धरपौः अनेक जात जाति र महाजनहरूलाइसमेत भोज ख्वाएको भन्ने व्यहोरा स्पष्ट परेको छ। उदाहरणको लागि केही उद्धरण तल दिइन्छ :–

श्री २ थाकुलजुया एहेया, भोज विया, सं. ८०७ भाद्र वदि १ त्वाचजु नेम्ह फुकिज याता (धरपौः पत्र ३६४ क)।

(श्री २ थाकुरजुको विवाहको भोज दिए। सम्वत् ८०७ भाद्र वदि १ त्वाचजुको दुइ जना फुकिलाई)।

भाउतयाता विया (पत्र ३६५ ख)
खत्री महाजनयाता भोज त्रिया जुरो। सम्बत् ८०७ भाद्र वदि १ श्री २ थाकुलस एहेया भोज विया (पत्र ३६६ क) (खत्री महाजनलाई भोज दिइयो। सम्वत् ८०७ भाद्र वदि १ श्री २ ठाकुरको विवाहको भोज दिए।)

यसै प्रकार सन्यासी २५० जना, वैरागी ६० जना, जोगी ६०, भनी ठाउँ-ठाउँमा उल्लेख परेको छ। यसैमा कामी, सार्की, गुजराती, तिरहुते पश्चिमका सबै आदि सबैलाई भोज खुवाएको बर्णन छ।'[४] सन्यासी, वैरागी, आदिको संख्या तोकिएपछि क्रमशः के कति खाने कुराका सामग्री छुट्याइएको हो ती कुराहरू धरःपौ (लगत)मा टिपिएको छ। यसबाट भोजमा के कसरी खाने कुराहरू भाग लगाइन्थे र प्रत्येक व्यक्तिको भागमा के कति खाद्य पदार्थ पर्दथ्यो भन्ने अनुमान लगाउन सजिलो पर्दछ र परिकारको

भिन्नताबारे पनि थाहा हुन आउँछ ।

उपर्युक्त वर्णनहरूबाट नेवारी समाजमा हालसम्म पनि प्रचलित रही आएको भोज परम्परा नयाँ नभई निकै पुरानो रहेको ज्ञात हुन्छ। भोजमा प्रयोग गरिने परिकार अवसर अथवा भोजको उपलक्ष्य हेरी फरक-फरक रहेको पाइन्छ। त्यस्तै भोजको परिकार आमन्त्रित वर्गको प्रतिष्ठा अनुरूप फरक रहेको देखापर्छ । जुन कुरा आजको समाजमा पनि केही मान्य नै रहेको छ ।

समय–समयमा मनाइने भोज

नेवारी संस्कृतिअनुसार कुनै पनि चाड-पर्वमा परिवारका सदस्य-हरू जम्मा भइ एकै लहरमा बसेर खाने चलन छ। यस्ता चाड पर्वहरू नेवारी समाजमा आइ नै रहन्छन् । नेवारी समाजमा भोज एउटा आत्मीयता र स्नेहको मिलन हो। तर आजभोलि यसको विकृत रूप पनि देखापर्छ । गुठी, दिवाली जस्ता धार्मिक अवसरमा भोजमा मदिरा सेवनको फलस्वरूप झगडाको निहु पनि ननिस्कने होइन तापनि सुरु-सुरुमा भोजको महत्त्व भेटघाटको रूपमा रहेको देखापर्छ । भोजस्थल एउटा यस्तो स्थान हुन जान्छ जहाँ बर्षौं सम्म भेट नभएका नाता, कुटुम्बसँग भेट हुन्छ ।

नेवारी समाजमा भोज मनाइने उपलक्ष्य प्रशस्त छन्। घोडे जात्रादेखि सुरू हुने भोज-सिलसिला करीव-करीब तिहारमा गएर टुंगिन्छ । घोडेजात्रा एक दिनअधिको पाँचरे (पाहाँचहरे) नेवारहरूको ठूलो चाड मानिन्छ । परम्परागत भनाइअनुसार पाँचरे भव्यसँग मनाए दशैं पनि त्यसै रूपमा मनाउन सकिन्छ अथवा दशैं राम्रो हुन्छ। यो भावना आज पनि नेवारी जनमानसमा रहिरहेको छ। पाँचरे एक प्रकारले नेवारसमुदायको सानो दशैं सरह मानिन्छ। जसरी ब्राह्मण, क्षत्रीय आदि बीच चैत दशैंको महत्त्व रहन्छ, त्यसै गरी पाँचरेलाई नेवारहरू मान्छन् । त्यस कारण नेवार-हरूमा चैतेदशैं मनाइएको पाइँदैन ।

पाँचरे, देवाली, सिठीनखः, जनैपूर्णे, इन्द्रजात्रा, दशैं, तिहार, गुठी, रथयात्रा आदि केही प्रमुख भोजका अवसर आदि मुख्य चाडपर्वहरू हुन् । यी बाहेक विवाह, व्रतबन्ध (केटापूजा), चूडाकर्म (वसका), पास्निहरू मुख्य गरी विशिष्ट भोजका अवसरहरू हुन् ।

उपर्युक्त प्रत्येक अवसरमा भोज खाइन्छ तापनि भोज खवाइमा भिन्नता रहेको हुन्छ। पाँचरे सानो दशैंको रूपमा मनाइने भएकोले बिहान देव-देवीहरूमा पूजा पठाउनुका साथै बेलुका भोज खाइन्छ । बिहान भने समय

खाने चलन छ।

देवाली पूजा कुलदेवताको पूजा हो। यो पूजा कुन दिन कसरी मनाइने हो भनी सल्लाह गर्न दाजुभाइहरू जम्मा भइ छलफल गरिन्छ। यस दिन छोय्ला भु अगाडी राख्ने चलन छ।[१५] यस दिन आफ्ना दाजुभाइहरू जम्मा भइ कुलदेवता स्थान जाने गर्दछन्। पूजाको कार्य समाप्त भएपछि समय भोज हुन्छ। जसमा चिउराको साथै बोडी, ठूलो केराउ, कालो भटमास छोय्ला, अदुवाका टुक्रा, सिद्रा (माछा), तरकारी, झोल मासुका साथै मासको रोटी [वो] र चटामरी (चामलको रोटी) अनिवार्य सामग्रीको रूपमा रहेको हुन्छ। कसै-कसैले यसलाई छोयला भू भनेको पनि पाइन्छ।'[१६] कहिले-काहीं समय भोजमा प्रशस्त खाना रहँदैन। यसरी यो आधुनिक पिकनिकको ब्रेकफास्ट जस्तै देखिन्छ भनिएको छ।[१७] यो कुरा कुनै-कुनै ठाँउमा अपवाद रहेको हुन सक्दछ। धेरै जसो समयभोज भागमा एक जनालाई प्रशस्त पुग्ने गरी भाग लगाइएको हुन्छ। यहाँसम्म कि केही गरी परिवारका सदस्यहरूमध्ये कोही उपस्थित हुन नसके भाग पठाइन्छ।

देवाली पूजामा बलि चढाइएको बलिको (बोका) गर्धनको मासु तत्कालै पोलेर साँधने अनि प्रसादको रूपमा दिने चलन पनि हुन्छ। नेवार-मध्येका पनि कुनै-कुनै वर्गमा यसरी साँधेको गर्धनको मासु आगं देवताभित्र बसी पूजा गर्न जम्मा भएका पुरुष-वर्गहरूले मात्र प्रसाद रूपमा खाने गरेको देखिन्छ। जुन वर्गमा यस प्रकारको चलन हुन्छ त्यहाँ महिलाहरूले आगंमा प्रवेश पाउँदैनन्। तर त्यही आगंमा पूजार्थ आउने अन्य समूहका महिलाहरूले प्रवेश पाइरहेका हुन्छन्। यस्तो भिन्नता हुनुको कारण के हो स्पष्ट छैन।

देवाली पूजाको मुख्य पेय पदार्थ थों (जाँड) हो। यस अवसरमा नगण्य रूपमा रक्सीको प्रयोग हुन्छ।

कुलदेवताको स्थानमा समय भोज सकिएपछि बेलुकाको भोजको तैयारी घरमा (पालोवालाको) तैयारी हुन्छ। यस भोजमा अन्य विभिन्न परिकारका साथै बलिदिइएको बोकाको मासु प्रसाद रूपमा राखिन्छ। बलिको बोकाको टाउकाको विभिन्न भागहरू वितरण गर्ने बेलुकाको भोजमा सिकाभ्वयको पनि आयोजना हुन्छ।[१८] बलि दिइएको पशुको टाउकोको विभिन्न भागलाई सिं भनिन्छ।[१९] यही टाउकोको भाग उमेरअनुसार ठूलोदेखि क्रमैले दिनेलाई सिकाभ्वय भनिन्छ।[२०] यसको साथै देवालीपूजा सम्पन्न हुन्छ।

सिठी नख: देवाली नमनाउने अथवा उक्त चाड कारणवश मनाउन

नपाउनेहरूले मान्ने चाड हो । यो देवाली पूजाको अन्तिम दिन पर्छ । यसलाई नेपाली भाषामा कुमार षष्ठी भनिन्छ ।[२१] अझ मल्लयुगमा सिठी नखः चाडको रूपमा मात्र नमनाई देशरक्षाको लागि जनताहरूले श्रमदान दिने अन्तिम दिनको रूपमा लिइन्थ्यो र इनार आदि सफा गर्ने परम्परा हालसम्म पनि कायमै रहेको देखा पर्छ ।[२२]

सिठी नखः को विशेष परिकार दो वो (मासको रोटी) । त्यस दिन वो छ थरीको बनाइनुपर्छ भन्ने धारणा छ । त्यसमध्ये मासको, मुगीको, सानो केराउको प्रधानता रहेको हुन्छ । चटामरी पनि यस पर्वको अनिवार्य प्रसाद हो ।

इन्द्रजात्रामा पनि भोजको आयोजना रहेको हुन्छ । यस अवसरमा सम्पूर्ण नेवारवर्गले भोज मनाएको पाइँदैन । सात दिनसम्म मनाइने इन्द्रजात्रामा कुमारीको रथयात्रा हुने कुरा सर्वविदितै छ । यो पर्व काठमाण्डूमा पनि जुन-जुन मार्ग गरी रथ डोऱ्याइन्छ त्यही त्यही टोलकाहरूले मात्र पर्व मनाउने गरिन्छ । त्यस्तै गरी रातो मत्स्येन्द्रनाथको जात्रा पाटनेहरूको पर्व हुन्छ र विस्केट भक्तपुरेहरूको मान्य पर्वको रूपमा रहेको छ । यस्ता जात्रा-पर्वहरूलाई देशजात्रा (राज्यको जात्रा, जुन आ-आफ्तो राज्यभित्र मनाइन्छ) भन्ने गरिन्छ ।[२३] यस्ता केही अवसरहरूमा आ-आफ्नो क्षेत्रभित्र भोज मनाइन्छ । जसमा खास गरी चेली बेटीहरू आमन्त्रित हुन्छन् । यी पर्वमा समय भोज सामेल रहन्छ ।

यस्तै प्रकारले दशैंको अष्टमी र नवमीहरूका दिनहरूमा दुवै छाक भोज खाने चलन छ । दुवै दिन विहान देवी दुर्गाको पूजापछि प्रसाद समय (थोरै भए पनि) र पछि तरकारी, अचार मासु साथै चिउरा खाने चलन छ । अष्टमीको बेलुका कुंछी भ्वय भनेर खाइन्छ, जुन पहिले पहिले एक कुरुवा चिउराको भोज हुन्थ्यो । यस अवसरमा चिउरा कुरुवाले नापेर राख्ने चलन अझै पनि छ । यद्यपि कुरुवाको तल्लो भागमा कपडा कोचिएको हुन्छ । नवमीको दिन स्याकु-ट्याकु भनी देवदेवीमा बलि चढाउने र भोज खाने गरिन्छ । दशैं भोजको खाद्य सामग्री मासुकै प्रधानता रहेको हुन्छ ।

तिहार रोटीको विभिन्नताको चाड हो । तापनि मासु विना चाडको आकर्षण नहुने हुँदा मासु रहन्छ । लक्ष्मी पूजा, म्ह पूजा (शरीर पूजा) र भाइ टीकाको सगुनमा माछा, मासु, दही, फुल मासको रोटी र रक्सी नभै हुँदैन । त्यसैले मासुको अनिवार्यता रहन्छ । यसरी सगुनमा रहने मासु, माछा, फुल आदिको आफ्नै सांकेतिक महत्त्व देखिन्छ ।[२४]

यसरी नेवारसमुदायमा विभिन्न अवसरका भोज-परम्परा अगि बढिरहेको हामी पाउछौं । कुनै पनि यस्तो चाड-पर्व हुँदैन जसमा नेवारहरू भोजदेखि बञ्चित होऊन् । उपर्युक्त भोजबाहेक बृहत् भोजका अवसरहरू हुन् विवाह, व्रतबन्ध आदि । यी भोज परिवारमा मात्र सीमित नभएर नाता कुटुम्ब, छिमेकी, साथी भाइहरूसम्ममा फैलिएको हुन्छ अथवा बोलाइन्छन् । अनि त यदि भोज खुवाउने ठाउँ साँघुरो भयो भने रातको बाह्र, एक बजेसम्म पनि भोजको लहर सकिएको हुँदैन ।

भोजका अनिवार्य व्यञ्जनहरू

भोज भन्नासाथै नेवारी वर्गमा चिउरा भन्ने स्वतः थाहा हुन्छ । चिउराका साथै अन्य विभिन्न प्रकारका तरकारी, मासु, अचारहरू भोजका अंग हुन्छन् । यसका साथै अवसर हेरी जाँड, रक्सी र रोटीहरूको पनि प्रधानता रहेको हुन्छ । भोजको अवसरमा प्यता घासा, खुताघासा[२५] आदि भनि खवाउने चलन रहेको कुराको चर्चा माथि पनि गरिसकिएको छ ।

लपते[२६] (लपेस) मा राखि खाइने भोजको घासा (परिकार) जति नै प्रकारका होउन् तर ती सम्पूर्ण व्यञ्जनहरू क्रमैले एकपछि अर्को राख्दै जानुपर्ने यस प्रकारका भोजको खास विशेषता हो ।[२७] आमन्त्रित व्यक्तिहरू खान बस्ने ठाउँमा आउँदा उक्त स्थानमा भ्वयसुकु (भोजमा ओछ्याउने सुकुल) र लपते ठीक पारिसकिएको हुन्छ । आमन्त्रितहरू बसिसकेपछि चिउरा र अचारको बोहोता राखिइन्छ । यसको संगसंगै एक जनाले ठूलो सलीं (माटोको पाला) राख्दै गएको हुन्छ । यसपछि पहिले गेडा गुडींको पालो आउँछ । यसमा ठूलो केराउ, सिमि, मस्याङमध्ये एक वा दुई पनि हुन सक्छ) । अनि क्रमैसंग झोल भएको मासु (कहिले काही झोल मासुको सट्टा तखाला (थलथले मासु) र सन्याखुना (सिद्रा राखि मासुको अतिग्मा पकाएको अचार) को प्रयोग हुन्छ । यो प्रायः जाडो महिनामा चल्छ, सिजन अनुसारको तरकारी (परवल, काउली, बन्दा, इस्कूल), आदि पछि आलु तामाको झोल तरकारीको पालो आउँछ । मानन्धर शाक्य आदि समूहमा यी तरकारीलाई पञ्चक्वा भन्ने गरिन्छ । यसमा पाँच चीज मिसाइएको हुन्छ ।

भोजमा झोल भएको मासु नेवारी परम्परानुसार राँगोको नै तैयार गरिएको हुन्छ । भोजमा खसिको मासुले पनि स्थान पाएको हुन्छ । झोल मासु माटोको सलींमा राखिने गरिन्छ ।[२८] झोल मासु पछि विभिन्न प्रकारका भुटनहरूको मेसो आउँछ । तकुला भनेर पकाइएको फल मासुलाई तारेको, सों (खसिको फोक्सोमा मैदादि भरेर उसिनेर तारेको), भुटन (आन्द्रा भुँडी

उसिनेर तारेको) सेंला (कलेजाहरू तारेको) आदि परिकारहरू हुन्छन् ।

मल्ल समयमा पनि भोजको अवसरमा विभिन्न प्रकारका मासुका परिकारहरू तैयार गरिएको कुरा थाहा हुन आउँछ । कतैकतै नेवारी समाजमा आज पनि त्यस प्रकारका मासुका परिकारहरू देखा पर्दछन् । तीनताकका मासुका केही परिकार निम्न प्रकार छन्:–

१. छोयला– उसिनेको मासु साँधेको ।

२. सुकला– सुकुटी मासु

३. चुल्ला– धूलो पारेको मासुमा मसला राखी पकाएको ।

४. पंला– उसिनेको मासुमा दही हाली पकाएको ।

५. लापिई– धूलो पारेको मासुमा मसला हाली रोटी जस्तो बनाएको ।

६. लाग्वल– धूलो मासुमा मसला हाली लड्डु जस्तो बनाएको ।

७. हामोला– मासुमा तिल हाली बनाएको ।

८. हिंला– हिंङ हाली मासु पकाएको ।

९. पुकाला– भुटुवा मासु ।

१०. हाकु छ्वयला– पोलेर साधेको मासु ।

११. क्वटला– फल मासु ठूलो-ठूलो टुक्रा गरी पकाएको ।[२९]

छोयला, हाकु छोयला, चुंला, क्वटला, पुकाला, आजपनि निकै प्रचलित रहेका छन् । लाग्वल माथि अति ध्यान दिने हो भने यो पक्कै पनि आधुनिक मिटबल हो भन्न गाह्रो पर्दैन । त्यस्तै लापिई आजभोलिको मिट कटलेट वा मिटचपको रूपमा देखा पर्छ । त्यसैले आजभोली प्रिय रहेको मिटबल र मिटचप नयाँ परिकार नभई पुरानै रहेको कुरा यसले पुष्टि गर्दछ ।

मल्लकालीन समयमा मासुका धेरै परिकार रहेको उल्लेख धर:पौ-मा पाइन्छ । आजकाल पकाइने तखालाको भने उल्लेख परेको छैन । यसरी तीनताक तखालाको चलन नभएको बुझिन्छ । जबकि वर्तमान परम्परागत भोजमा तखालाको भाग बढी छ ।[३०]

अब मासुका विभिन्न परिकारका साथै एक पटक पुन: व्यञ्जनहरू थप्ने क्रम दोहोरिन्छ । अनि आउँछ सागपातको पालो । यहाँ कुनै पनि हरियो सागपात हुन सक्छ । जस्तो पाच्छै (रायोको साग) तुकं (तोरीको साग), मिंच (मेथीको साग) आदि । सागपछि प्राय: तरकारी थप्ने क्रम बन्द हुन्छ । जाँड, रक्सी सलीं खाली भए पिच्छे थप्ने क्रम भने जारीनै रहन्छ । कर गरी-गरी रक्सी थपी खुवाउनु सम्मान मानिन्छ । त्यसैले मानन्धर, शाक्य, वज्राचार्य आदि वर्गमा विवाह भोजको अवसरमा दिई पठाउने छोरी-वेटी

तथा नयाँ बुहारीद्वारा रक्सी थप्ने कार्य गराइन्छ । भोजमा रक्सी थप्ने काम धेरै जसो महिलाबाट भएको पाइन्छ ।

अन्ती[३१] (रक्सी राख्ने एक प्रकारको कलात्मक करुवा जस्तो बनावटको भाँडो) बाट सलींमा रक्सी राख्ने कला सबैमा हम्मेसी नहुने हुँदा यो कार्य महिलावर्गलाई जिम्मा दिइएको हुनुपर्छ । यो कार्य कुशलतापूर्वक हुनुपर्छ अन्यथा रक्सी भाँडोको सट्टा भुइँमा पर्नु आश्चर्य होइन। यसैबीच कुनै पनि बेला रोटीको पालो पनि आइसकेको हुन्छ । रोटी एक वा दुइ प्रकारका राखिएका हुन्छन् । यस्ता मुख्य अवसरमा राखिने रोटीहरू खास गरी निम्न प्रकारका हुन्छन्–

१. लालमोहन
२. खजुरी
३. गजा
४. बर्फी
५. निम्की
६. खाजा
७. फिनी
८. मठ
९. रोट आदि

इच्छानुसार कुनै पनि रोटी राखिन सकिन्छ वज्राचार्य शाक्यसमूहमा विवाहको अवसरमा भोजको अन्तमा लाखामरी दिने चलन छ । चलनअनुसार उक्त रोटी भोजमा खानुपर्ने हुँदैन। यो रोटी घर नै लैजाने उद्देश्यले वितरण गरिन्छ । अन्य अवसरको भोजमा भने लाखा दिनुपर्ने जरूरी हुँदैन ।

वास्तवमा सन्तुलित भोजनमा आवश्यक तत्त्व यस प्रकारको भोजले पूरा गर्छ भन्न सकिन्छ । दैनिक भोजनमा चाहिने स्टार्च, प्रोटीन, भिटामिन आदि पुगिसकेपछि भोज अन्तिम चरणमा पुग्छ । हरियो सागपात पछि खाइएको खानाहरू पचाउने परिकारको रूपमा देखापर्छ पाउँ (लप्सीको माडा नुन, हिङ बिरेनुन हाली झोल बनाएको) यसपछि चीनी र दही राखिन्छ । जानी आएकै कुरा हो दही पेटको लागि फाइदाजनक हुन्छ । दहीपछि भोजको अन्तिम परिकार आउँछ सिशाफुसा यसमा फलफूल (मुला, सुन्तला, उखु), सानो केराउ अथवा केराउ कोसा, नुनको धुलो हुन्छ । यी सबै खाना पचाउने साधनको रूपमा प्रयोग गरिएका हुन्छन् । अन्तमा अतिथिहरूको सुविधाको लागि चुठाउन पित्तलको बाटा र पानीको भाँडा ल्याइन्छ । यसरी चुठ्न समेत उठेर अन्त गइरहनु पर्ने समस्या आइपर्दैन ।

नेवारी भोजहरूमा प्रायः उपर्युक्त तरीका र परिकारहरूकै प्रधानता रहने हुँदा सबैलाई भिन्दा भिन्दै नाम दिई वर्णन गरिरहनु पर्ने आवश्यकता देखिंदैन । जस्तै सिका भ्वय उपर्युक्त प्रकारको भोजकै सिलसिलामा बलि दिई

भोज गरिएको छ भने भोजको अन्तमा बलि दिइएको पशुको टाउकोको विभिन्न भाग उमेर क्रमले बाँडिनु हो ।

समय भोजमा भने यस प्रकारका परिकारहरूको आवश्यक परि रहँदैन । यस भोजबारेको आवश्यक विवरण समय-समयमा मनाइने भोज-प्रकरणमा परिसकेकोले यहाँ दिइरहनु आवश्यक ठानिंदैन ।

यी बाहेक गुठी, दिवाली, पूजा, विवाह व्रतबन्ध, जन्कु आदि सबै जसो भोज खुवाउने प्रक्रया एकै रहेको हुँदा यी वर्णनहरू सबैलाई मिल्दो गरी गरिएको जानकारी पाठक वर्गहरूलाई दिइन्छ ।

उपसंहार

माथिका वर्णनहरूवाट समाजमा परम्परागत नेवारी भोजको भव्यतावारे जान्न मुश्किल पर्दैन । सामूहिक रूपमा एकै पटक धेरैजना बसेर रमाइलो वातावरणमा भोजन गर्नुले मानवको समाजप्रतिको ममतालाई व्यक्त गर्दछ । यहाँ नारी पुरुषको भेदभाव रहेको हुँदैन । सबै एक हुलमा लाम लागेर एकै नाशले खाने गरिन्छ ।

भोजका परिकारहरूले समाजमा रहेको धार्मिक प्रवृत्तिलाई पनि औंल्याइरहेको हुन्छ । देवाली, गुठी, जन्को आदि अवसरका भोजमा रहने अनिवार्य व्यञ्जन वो, माछा, मासु, अदुवा, वाउचा (हरियो सागपात)को धार्मिक महत्त्व छ । अझ भन्ने नै हो भने यी परिकारहरूले सांकेतिक रूपमा कुनै न कुनै देव देवीको प्रतिनिधित्व गरिरहेका हुन्छन् ।[३२] यस प्रकारको संकेत नेवारी समुदायभित्र रहेको शिवमार्गी र बौद्धमार्गी दुवैमा रहेको पाइन्छ । खाद्य सामग्री धार्मिक दृष्टिकोणले हेर्दा अदुवालाई शिवमार्गी भीमसेनको रूपमा लिने गर्दछन् भने बौद्धमार्गीहरू बैरोचनको रूपमा लिन्छन् ।[३३] यसै प्रकारले माछा, मासु, वो ले पनि कुनै न कुनै देवतालाई जनाइरहेका हुन्छन् । यी सामग्रीको तान्त्रिक महत्त्व पनि उत्तिकै छ ।[३४]

भोजमा राखिने कतिपय परिकारहरू भोजको किसिम हेरी अनिवार्य रूपले राखिनुपर्ने हुन्छ । प्रायः गरी परम्परागत नेवारी भोजमा चिउराको प्रधानता रहेको हुन्छ भन्ने कुरा माथि नै विश्लेषण गरिसकिएको छ । चिउराको साथ रहने अन्य घासाहरू यस प्रकारको भोजका अभिन्न अंग हुन् । चिउरापछि राखिने गेडागुडीका परिकार, अचारहरू, तरकारीहरू, सागपात, मासुका परिकार, अमिलोको झोल, दही अनि फलफूल नेवारी भोजका सन्तुलित संयोजन हो भन्नुमा अत्युक्ति हुँदैन । अझ यस प्रकारका भोजमा रहने परिकार-हरूमा दृष्टि दिने हो भने यो वैज्ञानिक देखिन्छ[३५] र स्वास्थ्यको दृष्टिकोणले यी

सामग्रीहरू महत्त्वपूर्ण छन् । वैज्ञानिक भन्नाले सन्तुलित भोजनका तत्त्वहरूलाई लिइएको छ ।[१६] दैनिक भोजनमा हाम्रो आयले सन्तुलित भोजनको आहार पुऱ्याउन नसके तापनि विभिन्न अवसरमा मनाइने भोजहरूमा यसमाथि विचार राखिएको देखिन्छ । खाना आएपछि पाचकको रूपमा खाइने अमिलो दहीले उक्त कुराको पुष्टि गर्दछ ।

यी सम्पूर्ण कुराका साथै अर्को महत्त्वपूर्ण विशेषता हो, नेवारी भोजको खानापछि प्राप्त हुने मनग्गे तृप्ति । भोज चलिरहने समय भरी खाद्य परिकार-हरू पटक-पटक थप्दै जाने र पाहुनालाई मन परेका परिकार बीच-बीचमा पुनः माग गर्न पाइरहने हुँदा पेटभरी खान सकिन्छ । परम्परागत यस भोजमा आधुनिक भोज (बफे पार्टी) मा झैं आफैं लिन जानु पर्ने र अप्ठेरो मानी बस्नु पर्ने खण्ड पर्दैन । फलस्वरूप अगाडि आइपुगेको मन परेको वस्तु राख्न लगाई खानमा कुर्न बन्देज रहेको हुँदैन । यस कारण यस प्रकारको भोजले तृप्ति दिन्छ । प्रायः प्रत्येक वर्गका व्यक्तिहरू नेवारी परम्परागत भोज खान अझै पनि रुचाउँछन् ।

उपर्युक्त वर्णनबाट नेवारी पारम्परिक भोज सामूहिकता धार्मिक पक्ष तथा स्वास्थ्यको दृष्टिकोणले समेत महत्वपूर्ण रहेको छ । आजकालका युवा पिंढीहरूमा भने आधुनिक भोज (बफे) को प्रभाव बढ्दै गइरहेको देखा-पर्छ । यस प्रकारको आधुनिक भोजमा परम्परागत भोजमा झैं परिकारको सन्तुलन तथा पूर्ण सन्तुष्टि हुँदैन तापनि समय कम लाग्ने र संगीतको धुन र अन्य मनोरञ्जनका चहल पहलले गर्दा युवा वर्गमा यसको प्रभाव बढेको हुनु पर्छ । परम्परागत नेवारी भोजको तौर तरीका, व्यञ्जन आदिहरूको आकर्षण भने गएको छैन, रही नै रहने छ ।

टिप्पणी

१. Lowdin, Per, Food Ritual and Society Among the Newars, Uppsala Research Report in Cultural Anthropology, 1985, P. 22.

२. Vajracharya, D. Malla, K. P, The Gopalraj Vamsa-vali, Franz, Steiner Verlag Wiesbaden GMBH, 1985, P. *66* (Folio *58*).

३. **जयस्थिति मल्ल ताकाको नेवारी अनुवाद सहितको अमरकोष ।**

४. Regmi, D. R. Medieval Nepal, Part III, Calcutta, Firma K.L. Mukhopadhyay, *1960*, P. *4*.

५. बज्राचार्य, धनबज्र, लिच्छविकालका अभिलेख, ने. ए. अ. केन्द्र, २०३०, पृ. ४८२ ।

६. बज्राचार्य, ध. र श्रेष्ठ टेकबहादुर, पाञ्चाली शासन पद्धतिको ऐतिहासिक विवेचना, ने. ए. अ. के. २०३५, पृ. १३७ ।

७. बज्राचार्य, ध. लिच्छविकालका अभिलेख, पृ. ४८७ ।

८. गोपालराज वंशावली, पत्र ५८ ।

९. गोपालराज वंशावली, पत्र ५८ ।

१०. पशुपतिनाथको मन्दिरमा अझै पनि सामूहिक रूपमा कम खर्चले व्रतबन्ध गरी कर्म चलाउने कार्य सम्पन्न गरिन्छ । गोपालराज वंशावली, पत्र ४३ ।

सं. ४३३ फाल्गुण कृष्ण पाडो. खशिया राजा रिपुमल्लन, वुगंस न्ह्वन याङ सह्ं आदिन दुन्ता, ग्वलम् माद्रस प्रस चोङा, येन्देञ्चेतस बाह्र सवति भोज याङा दिन। (सं. ४३३ (वि. सं. १३६१) फाल्गुण कृष्ण प्रतिपदाको दिन खस राजा रिपुमल्लले वुङमतीमा महास्नान गराई कोष आदि चढाए । कान्तिपुरका चैत्य (स्वयंभूनाथमा) पूजा गरी त्यहाँ बहालका व्रतबन्ध गरे जति जम्मैलाई भोज ख्वाए) ।

११. समय भोजबारे विस्तृत समय-समयमा मनाइने भोज परम्परा नामक खण्डमा दिइन्छ ।

१२. गोपालराज वंशावली, पत्र ५१, ६१ ।

१३. बज्राचार्य, चुन्दा, मल्लकालीन ऐतिहासिक सामग्री घर: पौ, परियोजना प्रतिवेदन २०४०–४१, अप्रकाशित ।

१४. प्राचीन नेपाल, संख्या छ, २०२५ माघ, पृ. १३ ।

फेरि यी राजाले आफ्ना बाबाले गुह्येश्वरीका जात्रा बनाइ दियाको हो भनी अनेक जातकन भोज खुवाई रीत चलाया ।

१५. Nepali, Gopal Singh, The Newars, First Edition, Bombay United Asia Publications, 1965, P. 389.

१६. बलदेव जुजु, श्रेष्ठ नेपाः या तान्त्रिक द्य व तान्त्रिक पूजा, येँ, हिसि प्रेस, सेतो दरबार, ने.सं. ११०५, पृ ६९ ।

१७. कुँवर, रमेश, सिका भ्वय्, नेपलीज कल्चर, भो २, १९८१–८२, पृ. ३२ ।

१८. गैराल्ड टोफिन, नेवार जातिले मनाउने सिका भ्वय, कैलाश भो. ४, नं ४, १९७६. पृ. ३३० ।

कहीं कहीं सिका भ्वय विहान सम्पन्न गरिने कुरा यसबाट थाहा हुन्छ ।

१९ शर्मा, जनकलाल, नेपालको नेवारी समाज, मधुपर्क, वर्ष १४, अंक ८ (२०३८) पृ. १५३ ।

२०. सिका भ्वय पशु बलि पूजा गरेको अवसरमा मात्र हुन्छ ।

२१. एन्डरसन, मेरी एम. द फेस्टिभल्स अफ नेपाल, लण्डन, जर्ज एलेन एण्ड अनवीन लि. १९७१, पृ. ६६ ।

२२. पूर्णिमा पूर्णाङ्क २, पृ. २३ ।

२३. Hiroshi, Ishi, Newar Culture and society An Introduction, Report of Asian Tradition Performing Arts (ATPA) *1981*, P. *162*.

२४. Lowdin, Per, P. 22

२५. बज्राचार्य, चुन्दा, मल्लकालया छुँ संस्कृलि, ने. भा. अ. व अनुसन्धान केन्द्र, ११०५ कछलागा, पृ. ५३ ।

२६ बलदेव जुजु, श्रेष्ठ, माथिकै, पृ. ७२ ।

२७. उही ।

यहाँ हस्तलिखित ग्रन्थमा रहेको भोजको नियम भनी क्रमैले कुनपछि कुन परिकार राख्ने भनी लेखिएको छ ।

२८. शाक्यहरूको भोजमा दुना, बोहता राख्ने चलन कम देखिन्छ । जतिसुकै प्रकारका झोल तरकारी, मासुहरू भएपनि लपेसमै वरीपरी राखिदिने देखिन्छ ।

२९. बज्राचार्य, चुन्दा, मल्लकालीन ऐतिहासिक सामग्री धरः पौ, पृ. ४३ ।

३०. Lowdin, Per, P. 108.

३१. अन्तीको प्रचलन नेवारी समाजमा नयाँ होइन । यो निकै पुरानो रहिआएको देखिन्छ । कतिपय पुराना उमामहेश्वरका ढुंगेमूर्तिहरूमा बिलासिताको सामग्री देखाउँदा अन्ती प्रकारका भाडा पनि देखापर्छ ।

३२. बज्राचार्य, रत्नकाजी, झीगु संस्कृतिया ब्वो घासा, यें, बौद्ध प्रकाशन, ११०२, पृ.३ ।

३३. Lowdin, Per, P. 22

३४. बलदेव जुजु, श्रेष्ठ, पृ २४ ।

३५. बज्राचार्य, चुन्दा, मल्लकालया छुँ संस्कृति, पृ. ५३ ।

३६. बज्राचार्य, रत्नकाजी, पृ. १२–१६ ।

●